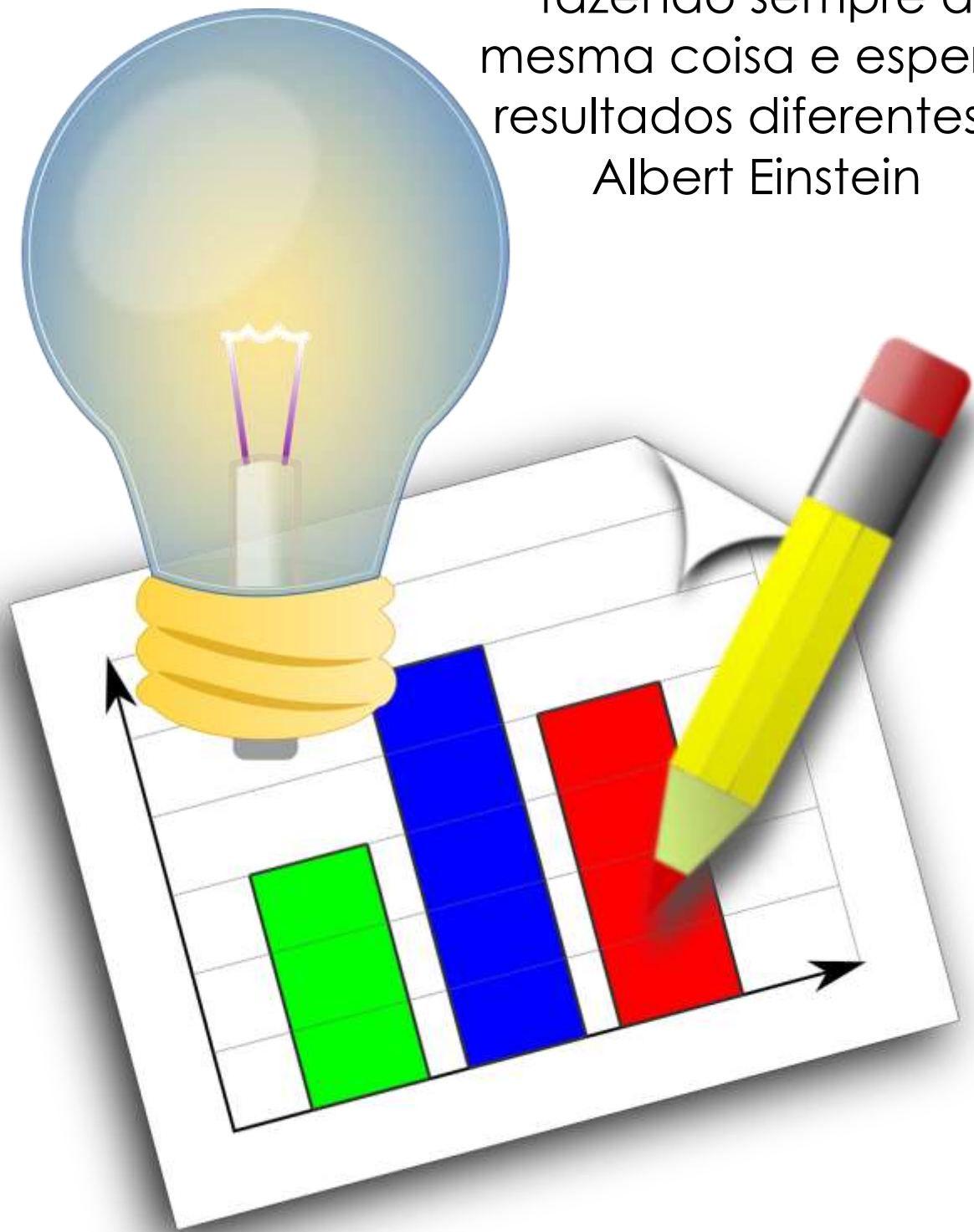


“Insanidade é continuar
fazendo sempre a
mesma coisa e esperar
resultados diferentes.”
Albert Einstein



Lista dos sonhos

Curto prazo de realização (1 a 2 anos)
Médio prazo de realização (3 a 5 anos)
Longo prazo de realização (6 a 10 anos)

Saúde Física é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você “elimina” atingindo esse objetivo?

4. O que você “**GANHA**” atingindo esse objetivo?5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim (☐) Não (☐)6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Equilíbrio Emocional é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Realização e Propósito é:	NOTA ATUAL:	NOTA FINAL:
1. Qual é o seu estado ATUAL ?		
2. Qual é o seu estado DESEJADO (sua META)?		
3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?		
4. O que você " GANHA " atingindo esse objetivo?		
5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não()		
6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais AÇÕES)?		
7. O que (ou quem) pode impedi-lo?		
8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?		
9. Data de início: / / Data de conclusão: / /		
10. Quais serão as EVIDÊNCIAS de que você atingiu o seu estado DESEJADO ?		

Recursos Financeiros é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Faça a sua vida valer a pena!

Familiar é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você “elimina” atingindo esse objetivo?

4. O que você “**GANHA**” atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Relacionamento Amoroso é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Vida Social é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Hobbies e Diversão é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Plenitude e Felicidade é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

Espiritual é:

NOTA ATUAL:

NOTA FINAL:

1. Qual é o seu estado **ATUAL**?

2. Qual é o seu estado **DESEJADO** (sua **META**)?

3. O que você "elimina" atingindo esse objetivo?

4. O que você "**GANHA**" atingindo esse objetivo?

5. Vale a pena atingir esse objetivo? Sim () Não ()

6. Como você pode conquistar esse objetivo (quais **AÇÕES**)?

7. O que (ou quem) pode impedi-lo?

8. O que (ou quem) pode ajudá-lo?

9. Data de início: / / Data de conclusão: / /

10. Quais serão as **EVIDÊNCIAS** de que você atingiu o seu estado **DESEJADO**?

